



Dé **GOLF**
in **ZAKEN**
COURANT.nl

Regio Zuid Limburg

editie 2 - 2024/25



**NEEM
GRATIS
MEE**

Je eerste golfwedstrijd.....	5
ATP Golf Fitting Studio.....	7
Calorieën verbranden met golf.....	9
Golf voor senioren.....	11
Golf en klimaatverandering.....	17

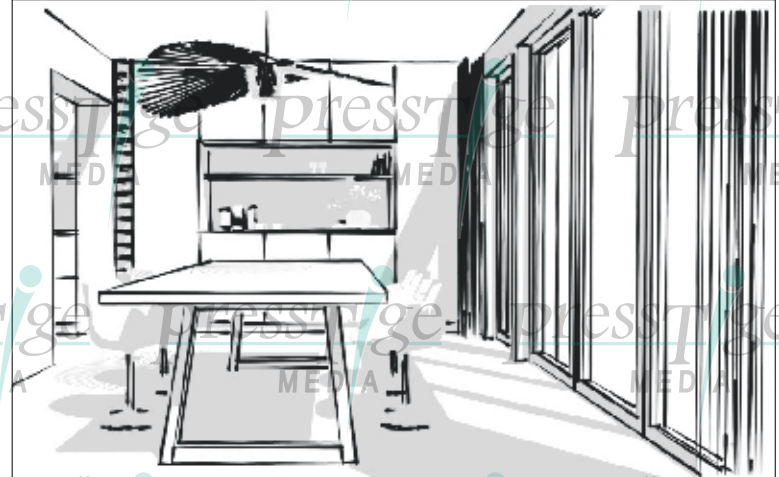
Autobenelux.tp

Wij komen graag vrijblijvend uw voertuig inspecteren. Komen we tot een overeenkomst? Dan handelen we alles direct ter plaatse af.

Uw voertuig wordt gevrijwaard, en we stellen een koopovereenkomst op in de staat waarin het zich op dat moment bevindt. Vervolgens laden we het voertuig op en verzorgen we het transport.

Foto's en informatie kunt u mailen naar info@autobeneluxtp.nl

INKOOP AUTO'S, OLDTIMERS, EN BEDRIJFSWAGEN



"Interieurarchitectuur die bij je past"

Laten we kennis maken!



www.plan-22.nl

Interieurarchitect Chantal Jacobi-Prevot Rijksweg 22 6247 AH Gronsveld

JIJ ZOEKT TALENT. WIJ VINDEN HET.

Het wervingsbureau die de perfecte match maakt voor jouw organisatie én voor mensen met autisme.

- ✓ EXPERTISE IN AUTISME RECRUITMENT
- ✓ KWALITEITSGERICHT
- ✓ PERSOONLIJK
- ✓ MAATWERK



WWW.JOB-FLOW.NL

NOG BETER SCOREN?

SLA JE SLAG BIJ
PAUL BLOCK OPTIEK

**KIES HET BESTE VOOR UW OGEN,
KIES VOOR PAUL BLOCK OPTIEK!**

PAUL BLOCK
OPTIEK



Breusterstraat 45,
Eijsden (NL)
043 409 4878



Interior Playground: waar tijdloos design en persoonlijke beleving samenkomen

In de wereld van high-end interieurdesign draait het niet alleen om mooie ruimtes, maar om een sfeer die aanvoelt als een tweede huid. Een plek die rust ademt, maar ook karakter heeft. Die luxe uitstraalt, maar tegelijkertijd warm en uitnodigend is. Dat is waar Interior Playground voor staat.

Achter dit designbureau staat Marike van Gerven, een gepassioneerd interieurontwerper met een scherp oog voor detail en een diep begrip van hoe ruimtes moeten voelen; niet alleen hoe ze eruit moeten zien. Haar ontwerpen zijn een harmonie van minimalisme en warmte, met invloeden uit Japandi, Scandinavisch design en Belgisch modernisme. Elk project wordt benaderd als een maatwerkcompositie waarin

functionaliteit, textuur en rust samensmelten tot een interieur dat jarenlang relevant blijft.

EEN VISIE OP MAAT, ZONDER TRENDS OF CONCESSIONS

Bij Interior Playground draait het niet om vluchtige trends, maar om tijdloosheid. Marike's werkwijze is intuïtief en doordacht: geen standaardconcepten, maar een interieur dat groeit vanuit de persoonlijkheid van de bewoner. Ze begeleidt haar klanten door een helder proces waarin keuzestress verdwijnt en een interieur ontstaat dat niet alleen een lust voor het oog is, maar vooral ook een plek van rust en balans.

Haar interieurs kenmerken zich door pure materialen zoals stucco, hout en natuursteen,

zorgvuldig gekozen verlichting en een bewuste mix van zachte, organische vormen met strakke lijnen. Elk element heeft een doel en draagt bij aan de beleving van de ruimte.

Bij Interior Playground krijgt elke keuze een fundament, zodat het ontwerp vanaf het begin klopt en elke investering een meerwaarde heeft. Interior Playground streeft ernaar om ruimtes te creëren die je welzijn bevorderen en de waarde van je woning verhogen.

Of het nu gaat om een totale verbouwing, een herinrichting of een verfijning van een bestaand interieur – bij Interior Playground staat één vraag centraal: hoe voelt deze ruimte straks aan?

Klaar om jouw interieur opnieuw te ontdekken?

Neem contact op voor een vrijblijvend gesprek en ontdek hoe Interior Playground jouw woning transformeert tot een tijdloos meesterwerk.

Voor meer informatie en inspirerende voorbeelden van afgeronde projecten, bezoek de website: www.interiorplayground.com

Interior Playground
Marike van Gerven
interior designer

Raadhuisstraat 16B
611 GD Geleen (NL)
Tel. +31 6 18725538
info@interiorplayground.com

www.interiorplayground.com



Colofon

De Golf in Zaken Courant
Regio Zuid Limburg
Jaargang 2024/25 - Editie 2

Oplage
10.000 ex.

Uitgave
PressTige Media
Eindhoveneweg 33
5582HN Waalre

Tel. 040-3033750
www.prestigemedi.nl

Ontwerp/opmaak
Hakof Media | hakof-media.nl

Advertentieverkoop
PressTige Media

Druk
Janssen Pers

Verspreiding
Regio Zuid Limburg

Met dank aan
De adverteerders voor het mogelijk maken van deze uitgave.

Copyright
Het is alleen toegestaan om artikelen en/of foto's uit deze uitgave over te nemen na schriftelijke toestemming van de uitgever. In alle gevallen dient er een bronvermelding te worden vermeld. De uitgever is niet aansprakelijk voor eventuele schade als gevolg van het ontbreken of onjuist

vermelden van gegevens in deze uitgave. De uitgever zal alleen verplicht zijn tot verbetering in de eerstvolgende editie. Er kunnen geen rechten worden ontleend aan de inhoud van deze uitgave.

Redactie golfbanen/clubs
De inhoud van de artikelen over golfbanen/clubs is nauwkeurig samengesteld op basis van informatie die is aangeleverd door de betreffende baan/club, of is geschreven op basis van de website.



FINANCIAL LEASE

BINNEN 24 UUR GEPASTE OFFERTE!



**SCAN DE QR-CODE
EN STUUR ONS UW KVK-NUMMER,
WIJ GAAN DIRECT VOOR U AAN DE SLAG!**



www.mycarplan.nl - info@mycarplan.nl - 043 204 1531



Lampada Verlichting Maastricht - Sint Jacobstraat 4 (bij 't Vrijthof)
043-3510142 - info@lampada.nl - www.lampada.nl



Westpark

accountants
belastingadviseurs

Westpark Accountants en Belastingadviseurs

Sint-Servaasklooster 35
6211 TE Maastricht

Tel. +31 43 326 05 05

www.westpark.nl

Dakwerken | Gevelwerken | Isolatie | Renovaties | Schoonmaak



LUXE RENOVATIES LIMBURG

Kleine of grote klus? Bij ons bent u aan het juiste adres.



Wolfsestraat 7, 6367 VA Voerendaal
info@luxerenovatieslimburg.nl | +31 06 30 23 36 21

www.luxerenovatieslimburg.nl



Beroemde golf rivaliteiten en wat we ervan kunnen leren

Golf, vaak gezien als een gentleman's game, heeft door de jaren heen enkele van de meest intrigerende rivaliteiten in de sportwereld gekend. Deze rivaliteiten hebben niet alleen de spelers zelf gevormd, maar ook de manier waarop fans naar het spel kijken. Ze bieden waardevolle lessen over competitie, respect en persoonlijke groei.

Een van de meest iconische golf rivaliteiten was die tussen **Arnold Palmer** en **Jack Nicklaus**. Gestart in de late jaren 50, toen Nicklaus een jonge uitdager was die opkwam tegen de gevestigde ster Palmer, groeide deze rivaliteit uit tot een strijd die decennia overspande. Hun confrontaties op de golfbaan trokken miljoenen kijkers en hielpen golf te transformeren van een niche sport naar mainstream entertainment. Van deze rivaliteit kunnen we leren dat respect en vriendschap hand in hand kunnen gaan met felle competitie. Ondanks hun strijd op de baan, hadden Palmer en Nicklaus groot respect voor elkaar, wat zich uitte in een levenslange vriendschap.

Een andere beroemde rivaliteit is die tussen **Tiger Woods** en **Phil Mickelson**. Deze twee golflegendes domineerden het spel in de late jaren 90 en vroege 2000s. Hun stijlen en persoonlijkheden konden niet meer verschillen, wat hun ontmoetingen des te interessanter maakte voor het publiek. Woods, bekend om zijn intense focus en ongeëvenaarde vaardigheden, tegenover Mickelson, geliefd om zijn risicovolle speelstijl en benaderbaarheid. Hun rivaliteit leerde ons over het belang van het hebben van een rivaal om tegen op te boksen; het kan leiden tot verbetering van je eigen vaardigheden en prestaties.

Deze historische rivaliteiten tonen aan dat echte competitie meer inhoudt dan alleen winnen; het gaat ook om het uitdagen van jezelf en anderen om beter te worden. Ze benadrukken het belang van sportiviteit en respect voor tegenstanders.

Bovendien laten deze verhalen zien hoe rivaliteiten kunnen bijdragen aan persoonlijke groei. Zowel Palmer als Nicklaus, alsook Woods en Mickelson, hebben door hun confrontaties met elkaar hun spel naar hogere niveaus getild. Ze hebben geleerd van elkaars speelstijlen en strategieën, wat hen niet alleen betere golfers maakte, maar ook meer compleet als sportmensen.

Deze lessen zijn universeel toepasbaar, zowel binnen als buiten de sportwereld. Rivaliteiten kunnen ons motiveren om onze grenzen te verleggen en ons beste zelf naar voren te brengen. Ze herinneren ons eraan dat hoewel we streven naar overwinning, het pad ernaartoe net zo belangrijk is als het eindresultaat.



Je eerste golfwedstrijd: Wat je moet weten

Meedoen aan je eerste golfwedstrijd is een spannende stap in je golfcarrière. Of je nu recreatief speelt of ambitie hebt om jezelf te meten met anderen, een goede voorbereiding helpt je om ontspannen en zelfverzekerd aan de start te verschijnen.

Een wedstrijd verschilt sterk van een ontspannen ronde met vrienden. De spelregels worden strikter toegepast en het tempo ligt vaak hoger. Zorg ervoor dat je de basisregels en etiquette goed kent. Denk aan het correct markeren van je bal, de procedure bij een verloren bal en de volgorde van spelen. Een snelle herhaling van de belangrijkste regels kan onzekerheid op de baan voorkomen.

Vorbereiding

De juiste voorbereiding begint ruim voor de wedstrijddag. Train niet alleen je swing, maar besteed ook aandacht aan je korte spel en putten. Veel wedstrijden worden beslist op en rond de green, dus zorg dat je hier comfortabel bent. Daarnaast is het verstandig om een oefenronde te spelen op de baan waar de wedstrijd plaatsvindt. Dit geeft je inzicht in de lastige holes, de snelheid van de greens en de beste strategie per hole.

Planning

Op de dag zelf is een goede planning essentieel. Zorg dat je ruim op tijd bent, zodat je zonder stress kunt inchecken, opwarmen en wennen aan de omstandigheden. Een gedegen warming-up helpt je om soepel aan de eerste hole te beginnen. Start met wat lichte stretchoefeningen en werk dan op met korte slagen, lange slagen en een paar puts om het gevoel te krijgen voor de green.

Mentaal


Mentaal sterk blijven is minstens zo belangrijk als technische vaardigheden. Een wedstrijd brengt spanning met zich mee, en het is normaal om nerveus te zijn. Focus op je eigen spel en laat je niet afleiden door medespelers of scores. Blijf rustig en speel hole voor hole.

Na de wedstrijd is het waardevol om terug te kijken op je spel. Analyseer wat goed ging en waar verbeterpunten liggen. Zo leer je van je ervaringen en kun je je bij een volgende wedstrijd verder ontwikkelen. Uiteindelijk draait golf niet alleen om winnen, maar om beter worden en genieten van de uitdaging die elke wedstrijd met zich meebrengt.



Heeft u plannen om in uw huis een airco-installatie aan te brengen of wilt u uw elektrische installatie in uw huis vernieuwen of uitbreiden?

Dan kunt u vrijblijvend contact met ons opnemen. In een persoonlijk gesprek bij uw thuis kunnen wij vervolgens de mogelijkheden met u doornemen om daarna vrijblijvend voor u een offerte op te stellen.

 **AIRCO & ELEKTRO DONATO**
 0625592857
 info@aircodonato.nl

pinxt
 verhuizingen & inboedelopslag

 **ERKENDE VERHUIZERS**

043 409 15 78
 info@pinxt.nl
 www.pinxt.nl

Het adres voor al uw verzekeringen en hypotheeken!



Solution
 adviesgroep

Verzekeringen | Hypotheken | Financieringen
 Nieuwstraat 116, 6431 KW Hoensbroek
 info@solutionadviesgroep.nl | www.solutionadviesgroep.nl
 Tel. 088 - 4434 880



In den Roden Leeuw
 van Limburg
 Hotel - Café - Restaurant
 Wittemer Allee 28 - Witterm
 Tel: 043-4501274
 www.indenrodenleeuw.com

Ambachtelijke sieraden ontworpen om verhalen en herinneringen door te geven.


hanneke willemssen
 EDELSMEDERIJ

06 18793805
 goudsmidhanneke@gmail.com
 instagram.com/goudsmidhanneke
 facebook.com/goudsmidhanneke

Hergebruik van oude sieraden - reparaties - eigen ontwerp - nieuwwerk

Eussen Optiek vof
 M Uw brillen- en contactlensspecialist



L. van der Maesenstraat 13 - 6301 EA Valkenburg
 Telefoon 054 - 601 04 55 - info@eussenoptiek.nl - www.eussenoptiek.nl

Openingstijden:
 Maandag t/m Zaterdag van 10:00 - 17:00
 Dinsdag en Zondag gesloten

Voor actuele informatie en aanbiedingen bezoek onze website of meld je aan voor onze nieuwsbrief.
 Ook op Facebook en Twitter

BOILEAU BRANDBEVEILIGING
BOILEAU OPLEIDINGEN by BHV

Specialist in Brandbeveiliging en Veiligheidsopleidingen

Uw leverancier van Lithex en Bioversal blustoestellen



Punterweg 56-60, 6222 NW Maastricht
 Tel.: 043 364 28 85
 info@boileau.nl www.boileau.nl



Betoncentrale & betonvloeren

 **H.Keulen Beton n.v.**

keulenbeton.be - Lanaken



ATP Golf Fitting Studio

Clubfitting is het proces waarbij golfclubs worden aangepast aan de persoonlijke kenmerken en behoeften van een golfer. Door middel van meten, testen en analyseren worden de juiste specificaties voor clubs bepaald, zoals lengte, gripmaat, shaftflexibiliteit, Lie-angle, Dit zorgt voor betere prestaties, meer consistentie, en verhoogde nauwkeurigheid, wat uiteindelijk leidt tot betere scores en meer plezier in het spel.

Wat kunnen we voor u doen?

Bij ons kunt u terecht voor alles wat met golfclubs te maken heeft, van clubfitting tot reparaties, met een focus op kwaliteit en precisie. Wij bieden drie belangrijke diensten aan:

Clubfitting

Of u nu een beginnende, gevorderde of professionele golfer bent, clubfitting is essentieel. Door het meten, testen en analyseren van uw swing stellen we de ideale specificaties voor uw golfclubs vast, zodat u meer consistente en krachtige slagen kunt maken. Dit leidt tot meer afstand, een hogere nauwkeurigheid en betere scores.

Clubbuilding

Na de clubfitting bouwen we uw clubs op basis van de vastgestelde specificaties. We gebruiken enkel onderdelen die we afzonderlijk kunnen aankopen, waardoor we de perfecte combinatie voor u kunnen samenstellen en met grote precisie kunnen bouwen. Dit garandeert dat de clubs optimaal passen bij uw swing en persoonlijke doelen.

Reparaties

Wij verzorgen alle soorten reparaties en onderhoud voor golfclubs, ongeacht het merk of type. Van het vervangen van shafts en grips tot meer geavanceerde aanpassingen: wij zorgen ervoor dat uw clubs altijd in topstaat zijn.

Waarom voor ons kiezen?

Met jarenlange ervaring en intensieve training, bieden wij zowel recreatieve golfers als Tour-spelers de expertise die ze nodig hebben. Ons doel is om u een perfect afgestelde golfset te leveren die bijdraagt aan een betere spelervaring.

Service 24/7

We zijn altijd bereikbaar, ook buiten kantooruren, en helpen u graag verder met al uw vragen of behoeften.

Jurgen Linsen – Dé Clubfitter van België | atpgolfclubfitting.be

"Mijn uitdaging? Iets wat niet bestaat. De perfectie!"

Eyserhof Shortgolf

Wittekerweg 7, 6287 AA Eys

0434511207 www.eyserhof.nl



Eyserhof Shortgolf

Welkom bij Eyserhof, een juweeltje in Zuid-Limburg dat het hart van zowel beginnende als ervaren golfers sneller laat kloppen. Onze specialiteit? Recreatief shortgolf, een compactere vorm van traditioneel golf met 9 of 18 holes. Leeftijd is hier geen barrière - of je nu 8 of 80 bent, er wacht je een golfavontuur vol plezier en enthousiasme!

Ontdek de 9-Holes Shortgolf

Dompel jezelf onder in het speelveld dat zich majestueus uitstrekt in het schilderachtige Eyserbeekdal, net buiten het charmante dorpje Eys in Zuid-Limburg. Onze uitmuntende 9 holes zijn strategisch geplaatst op een uitgestrekt gebied van 3,5 hectare. De afstanden tussen de afslag en de vlag variëren van een pittige 35 tot een uitdagende 100 meter. Met brede fairways, royale aantrekkelijke greens en een goed verzorgde rough, biedt onze baan een speelse maar uitdagende opzet. Natuurlijke obstakels, waaronder waterpartijen, hoogteverschillen en glooiingen, toveren deze baan om in een echte test, zelfs voor de meest geïnteresseerde golfer. Geniet van onze uitgebreide oefenfaciliteiten, een oefenbaan met doelpunten en een glooiende puttinggreen. Kom naar Limburg, speel golf, en proef de betovering van het idyllische Eys!

Onze shortgolfbaan verwelkomt je graag gedurende het gehele golfseizoen (van maart tot half december), dagelijks vanaf 10.00 uur tot zonsondergang.

Of je nu solo golft of deel uitmaakt van een groep, shortgolf biedt een boeiende ervaring. Plan je een uitje met familie, vrienden of collega's? Wij staan klaar om je te helpen. Neem vrijblijvend contact met ons op!

Horeca

Brasserie Eyserhof, gelegen in Eys, Zuid-Limburg, biedt stijlvolle ambiance voor dagelijkse verwenning met verse koffie, heerlijke lunches en regionale seizoensbieren. Ideaal voor zakelijke lunches en vergaderingen, met speciale arrangementen. Perfect na activiteiten zoals wandelen, fietsen, of golfen op onze 9-holes shortgolfbaan, met optie voor smakelijke beloningen zoals een bord spek en ei. Geniet op ons terras aan de golfbaan van prachtige vergezichten. Kom voor een dag, of verblijf langer in een nabijgelegen vakantiehuis en beleef het beste van Zuid-Limburg in Brasserie Eyserhof.

Bron - www.eyserhof.nl - Foto: Unsplash





10 JAAR
kulta
GOLDSMEDERIJ
2014 2024

RING 14KARAAT - AMETHIST, BUFTOP GESLEPEN

ATELIER VOOR UNIEKE SIERADEN

ABDIJ ROLDUC KERKRADE 045-7850812
WWW.KULTA-GOLD.EU DI - VR 09.00 - 17.00

MONTAGESERVICE BRANDS

Voor al uw ramen en deuren



0611529976
Bernhardstraat 18
6151AW Munstergelen

MAAK MAATSCHAPPELIJK VERSCHIL MET INNOVATIEVE ARBEIDSOPLOSSINGEN

- Re-integratie op maat
- Outplacement
- Job carving & Stress interventie
- MVO & Social return

labor SAMEN SUCCESVOL

www.laborengineers.nl



BEENKENS DAKWERKEN

Geuldalweg 16
6231 CD MEERSSEN

Tel: +31 (0)6 50238188

Lood en zink werkzaamheden	Pannendaken
Dakkapellen en dakramen	Bitumen daken
Isolatiwerkzaamheden	EPDM daken

info@beenkenskakwerken.nl www.beenkenskakwerken.nl



VAN ALLE MATEN THUIS

DAMES 33-45 & HEREN 37-50

MARKT 104 / BEEK
BEURSKENS-SCHOENMODE.NL

BEURSKENS SCHOENMODE

SWING JEZELF NAAR EEN VEILIGE ERFENIS

*Wij hebben het perfecte
'clubhuis' voor je
nalatenschap*

REGISTEREXECEUR
06-12665762
DANIELLE@STROOMFINANCE.NL
WWW.ERFENISBIJOUVERLIJDEN.NL
WWW.STROOMFINANCE.NL



DANIELLE STROOM
Financial Advisor

ARMOEDBEGELEIDING • MARIELAARDIJ

HYPOTHEKEN • FINANCIËEL ADVIES • VERZEKERINGEN • NALATENSCHAPPEN



International Golf Maastricht

De Maastrichtsche, de homecourse van Golf Club Maastricht en Golf club Lanaken, is gelegen op "de Dousberg". De plaats waar Nederland en België samen vloeien. Deze prachtige golf bestemming is gelegen op amper 10 minuten van het historische stadscentrum van Maastricht. Er zijn 27 holes te spelen verspreid over maar liefst 75 hectare. Geniet van het adembenemende uitzicht van het Maasdal!

De 18 holes "Championship Course PAR 72" is sierlijke geïntregeerd in het Maaslandschap en biedt bredere fairways en sterk uitdagende greens aan. De baan pronkt met het unieke internationale karakter, je slaat op maar liefst 2 holes af in Nederland om in België te landen en de hole uit te putten. Er liggen 13 holes in Nederland en 5 holes in België. Hoogteverschillen, waterhindernissen en strategische geplaatste bunkers dragen bij aan het ontwerp van de karakteristieke inland links baan. Deze "all season" course is gelegen op 90 meter boven zeeniveau, hierdoor is het een van de hoogste banen van Nederland.

De 9 holes "Limburg Course PAR 35" is een ouderwetse golf traktatie met een verrassend uitdagende lay-out. Voor beginnende golfers is dit de ideale baan, ervaren golfers kunnen hier de echte waarde van hun golfvaardigheid testen dankzij de heuvel en bos hindernissen.

Brasserie

De brasserie van het cubhuis is gelegen op de hoogste locatie van de Dousberg en biedt een spectaculair uitzicht over enkele holes. Iedereen is welkom in de brasserie. Het is de ideale plek voor een kop koffie met Limburgse vlaai in de ochtend, in de namiddag is het geweldig vertoeven op het sfeervolle terras.

Zusterclub: Golf Henri-Chapelle

Golf Henri-Chapelle is een unieke groene en heuvelachtige oase, kenmerkend voor het land van Herve, omringd door bomen, hagen, velden en fruitbomen. Het biedt 3 banen: "Les Viviers" en "Le Charlemagne" met elk 18 holes en "La Chapelle" met 9 holes, die geschikt zijn voor alle niveaus. Les Viviers vormt een bijzondere uitdaging voor de ervaren golfer. Dit golfcomplex beschikt zelfs over een comfortabel hotel met 11 kamers.

Bron en foto- www.internationalgolfmaastricht.com

Calorieën verbranden met golf

Het aantal calorieën dat je verbrandt tijdens een rondje golf hangt af van verschillende factoren, zoals de manier waarop je speelt, je lichaamsgewicht, de lengte van de golfbaan, en of je wel of niet een trolley of buggy gebruikt. In het algemeen kun je ervan uitgaan dat golfen een matige fysieke activiteit is, maar het kan alsnog een aanzienlijk aantal calorieën verbranden, afhankelijk van de omstandigheden.

1. Golfen zonder trolley (wandelen)

Wanneer je de golfbaan wandelt zonder trolley of buggy, verbrand je gemiddeld tussen de 250 en 400 calorieën per uur. Dit komt doordat wandelen met een tas golfclubs een aanzienlijke inspanning vergt, vooral op een baan met hoogteverschillen of een langere afstand. Als je in een redelijk tempo wandelt, kunnen de calorieën snel oplopen. Het dragen van de clubs zelf draagt bij aan de extra energie-uitstoot. Hoe sneller je loopt en hoe zwaarder je bent, hoe meer calorieën je zult verbranden. Bij een gemiddeld gewicht van 70 kg kan dit aantal zelfs 300-350 calorieën per uur zijn, en dit kan oplopen afhankelijk van je wandeltempo en de baan.

2. Golfen met trolley of buggy

Wanneer je een trolley gebruikt, of zelfs een golfbuggy, wordt de fysieke inspanning aanzienlijk verlaagd. In dat geval verbrand je doorgaans tussen de 150 en 250 calorieën per uur. Omdat je minder hoeft te lopen en geen tas hoeft te dragen, is de calorieverbranding in dit geval lager. Toch blijf je actief tijdens het spelen, vooral bij het slaan van de bal en het verplaatsen van de trolley.

3. Baanlengte en terrein

De lengte van de golfbaan en het terrein spelen een belangrijke rol in het aantal calorieën dat je verbrandt. Bij een langere baan, zoals een par-72, zul je meer energie verbruiken dan bij een kortere baan. Baanomstandigheden, zoals heuvels of onregelmatig terrein, verhogen de fysieke belasting, wat leidt tot een hogere calorieverbranding. Het klimmen op een heuvel of wandelen over een bosachtig terrein vereist meer kracht en kan je calorieverbruik verhogen.

4. Lichamelijke factoren

Jouw lichaamsgewicht heeft een grote invloed op het aantal calorieën dat je verbrandt. Zwaardere mensen verbranden meer calorieën omdat hun lichaam meer energie nodig heeft om zich voort te bewegen. Dit geldt ook voor de intensiteit van je slagen: hoe harder je slaat, hoe meer energie je verbruikt.

Samenvattend, een rondje golf kan tussen de 150 en 400 calorieën verbranden per uur, afhankelijk van of je met een trolley speelt, de lengte en het terrein van de baan, en je eigen gewicht en spelintensiteit. Golfen blijft een uitstekende manier om actief te blijven en calorieën te verbranden, of je nu een beginnende golfer bent of een gevorderde speler.



GordijnenAtelier
Brunssum.nl

Gordijnen waar je écht blij van wordt!

Haefland 21
6441 PA Brunssum
Tel: 0619212508

Ruim assortiment gordijnen en tegels. Bezoek onze showroom!

Tegel Showroom
Brunssum

BACKUS
brandpreventie
veiligheid en advies

brandblussers
brandslanghaspels
noodverlichting
rookmelders

Schinveld 045 - 525 27 70
www.backusbrandpreventie.nl



INLIJSTERIJ
Gourage

Maatwerk in lijsten!

Spekhouwerstraat 12
6367 TV Voerendaal - centrum
Tel. 045-5750851
info@inlijsterij-courage.nl
www.inlijsterij-courage.nl

PROlux
INTERIEURBOUW

EXCLUSIEVE KEUKENS OP MAAT

PROLUX INTERIEURBOUW
NIEVELSTEENSTRAAT 4M
EYGELSHOVEN
+31 (0)6 - 23.57.88.14
INFO@PROLUXINTERIEUR.NL
WWW.PROLUXINTERIEUR.NL



Deze uitgave werd mede gerealiseerd dankzij de enthousiaste medewerking van alle adverteerders.

PassiefHuis^{Plus}



EJKENDERWEG 52
6361 DD NUTH
06 28 14 48 14

WWW.PASSIEFHUISPLUS.NL

BEDENKERS EN MAKERS VAN **DUURZAME WONINGEN**

AANNEMERSBEDRIJF GERHARDS

SPECIALIST IN RENOVATIE & VERBOUWING!

aannemersbedrijfgerhards.nl

Wilt u uw woning of bedrijfspand een nieuwe uitstraling geven?
Aannemersbedrijf Gerhards is uw betrouwbare partner voor hoogwaardige renovaties en verbouwingen. Met oog voor detail en jarenlange ervaring zorgen wij voor een perfect resultaat.

Onze diensten:

- **Verbouw & uitbreiding** – Maak optimaal gebruik van uw ruimte
- **Renovatie & restauratie** – Van modernisering tot behoud van authentieke details
- **Duurzame oplossingen** – Energiebesparende aanpassingen voor een groenere toekomst
- **Maatwerk en persoonlijk advies** – Uw wensen staan centraal

Wij denken met u mee! Van kleine aanpassingen tot complete transformaties – wij leveren kwaliteit en vakmanschap.

• Meer weten? **Bezoek onze website**

• **Neem contact op en ontdek de mogelijkheden!**





Golfclub Meerssen

📍 Heiveld 4, 6241 EK Bunde (Heiveldcomplex)

☎ 0433652756 🌐 www.golfclubmeerssen.nl



Golfclub Meerssen

Nesteld in het pittoreske Zuid-Limburgse Heuvelland vind je Golfbaan Meerssen, een prachtige 9-holes golfbaan in een bosrijk en glooiend landschap. Deze club, opgericht op 11 april 1987, begon als een oefenclub voor golfers en heeft zich, met behulp van haar leden en eigen financiën, ontwikkeld tot een volwaardige golfaccommodatie. Met ongeveer 500 leden, geregistreerd als "C-lid" bij de Nederlandse Golf Federatie (NGF), blijft de club relatief klein en gezellig.

De club beheert een golftechnisch uitdagende en landschappelijk prachtige baan, waarbij zowel beginnende als ervaren spelers rekening houden met het milieu. Plezier en voldoening in het golfspel zijn belangrijker dan competitieve prestaties.

Sociale aspecten

De sociale aspecten van de club zijn van vitaal belang. Het bestuur stimuleert een goede communicatie en betrokkenheid tussen bestuur, commissies en leden. Het clubhuis, wedstrijden en andere evenementen spelen een grote rol in het bevorderen van deze sociale verbinding.

Beheer van de baan

Verantwoordelijk beheer van de baan is mogelijk dankzij aangepaste aanleg van greens en fairways, verantwoord onderhoud en beperking van het aantal leden om overbelasting en hoge onderhoudskosten te voorkomen. De club stimuleert haar leden actief om bij te dragen aan het behoud van de baan.

De zelfwerkzaamheid van de leden en sponsoring dragen bij aan het verlagen van de kosten, hoewel erop wordt gelet dat sponsoring geen te dominante rol speelt. Golfclub Meerssen vult een "gat in de markt" door een betaalbare basis te bieden voor spelers die geen lid willen worden van clubs met A of B-status, of die op zoek zijn naar een goede oefenmogelijkheid dicht bij huis.

Ten slotte biedt Golfclub Meerssen haar leden de kans om de NGF Clubhandicap op de eigen baan te behalen. Er worden zowel theorielessen als praktijklessen aangeboden, waar mogelijk op het eigen terrein, met de aanwezigheid van een golfprofessional. De club is door de NGF gemachtigd haar eigen handicapadministratie te voeren.

Bron - www.golfclubmeerssen.nl - Foto: Unsplash



Golf voor senioren: de perfecte sport op latere leeftijd

Golf is een sport die mensen van alle leeftijden kan boeien, maar voor senioren biedt het een unieke combinatie van fysieke activiteit, mentale stimulatie en sociale betrokkenheid. In tegenstelling tot veel andere sporten is golf weinig belastend voor het lichaam, terwijl het toch een uitstekende manier is om in beweging te blijven. Dit maakt het een ideale keuze voor wie op latere leeftijd actief wil blijven zonder het risico op blessures dat gepaard gaat met intensievere sporten.

Beweging speelt een cruciale rol bij het behoud van de algehele gezondheid en mobiliteit. Tijdens een ronde golf worden duizenden stappen gezet, wat bijdraagt aan een goede conditie en gewrichtsflexibiliteit. Tegelijkertijd helpt de herhaalde golfswing bij het versterken van de spieren in armen, benen en romp. Omdat golf een gecontroleerde en herhalende beweging vereist, draagt het ook bij aan de balans en coördinatie, twee aspecten die met het ouder worden kunnen afnemen.

Fysieke voordelen

Naast de fysieke voordelen biedt golf ook mentaal veel voordelen. De sport vereist concentratie, strategisch denken en geduld. Het plannen van een slag, het lezen van de baan en het omgaan met onverwachte situaties helpen om de hersenen actief te houden. Onderzoek toont aan dat dergelijke cognitieve uitdagingen de kans op geheugenverlies en cognitieve achteruitgang kunnen verminderen. Bovendien draagt de buitenlucht bij aan een beter humeur en minder stress, wat het mentale welzijn versterkt.

Sociale sport

Golf is daarnaast een sociale sport, wat een belangrijke factor is voor senioren. De mogelijkheid om met vrienden of clubgenoten te spelen creëert een gevoel van verbondenheid en voorkomt eenzaamheid. Regelmatig deelnemen aan golfevenementen of lid zijn van een golfclub biedt een gestructureerde manier om sociale contacten te onderhouden. Dit sociale aspect draagt niet alleen bij aan een plezierige ervaring, maar bevordert ook het welzijn op de lange termijn.

Tot slot is golf een sport die gemakkelijk kan worden aangepast aan individuele mogelijkheden. Wie minder mobiel is, kan gebruikmaken van een buggy, en verschillende golfbanen bieden aanpassingen voor spelers met fysieke beperkingen. Hierdoor blijft de sport toegankelijk, ongeacht de leeftijd of fysieke conditie.

Golf is dus niet alleen een aangename bezigheid, maar ook een investering in gezondheid, mentale scherpte en sociaal welzijn. Voor senioren die op zoek zijn naar een manier om actief, betrokken en gezond te blijven, is golf een ideale keuze.

LAAT JOUW AUTO STRALEN ALS NOOIT EERDER

Rekoutweg 4 6229RB Maastricht
t. 0628209900
info@autospaluijten.nl
www.autospaluijten.nl



Autospa Luijten

VAN BINNEN EN BUITEN



Prachtige vloeren in jouw persoonlijke smaak en stijl in jouw persoonlijke smaak en stijl

Bij Rila Design Parket hebben we passie voor mooie vloeren. We zijn een specialist in het aanleggen, repareren en restaureren van verschillende soorten (houten) vloeren. Of je nu op zoek bent naar de warme uitstraling van parket, de veelzijdigheid van laminaat, de duurzaamheid van pvc of de naadloze pracht van een gietvloer. Bij ons vind je het vakmanschap en de expertise om aan al je vloerbehoeften te voldoen.



Bel, app of mail ons
+31 (0)6 11 74 02 95
info@riladesignparket.nl
riladesignparket.nl



www.juyst.nl

Juyst

Accountancy - Belastingen
Tax Control - Data & Analytics
IT Auditing - HR

Business Coaching en Bedrijfsfinancieringen

Vinissimo

cari saluti

Aan de Bogen 11-B 6118 AS Nieuwstadt
vinissimo.nl 046 4810788



Het adres
voor topwijnen
uit Italië.

Golfbaan Het Rijk van Margraten

📍 Bemelerweg 99, 6267 AL Cadier en Keer

☎ 0433569999 🌐 www.golfenophetrijck.nl



Het Rijk van Margraten

In het midden van uitgestrekte landerijen, idyllische wijngaarden en eeuwenoude bossen, vinden we een verborgen juweel van de golfsport: Golfbaan Het Rijk van Margraten. Met 18 uitzonderlijk diverse holes die elk een unieke uitdaging bieden, belooft deze baan een stimulerende en onvergetelijke golfervaring.

Maar Golfbaan Het Rijk van Margraten is meer dan alleen een 18-holes golfbaan. Het beschikt ook over een 9-holes Short Golf Par 3 baan, een ideale plek voor beginners om hun technieken te oefenen, of voor ervaren spelers om hun korte spel te verfijnen. En voor wie zijn swing wilt perfectioneren, biedt de overdekte driving range de perfecte omstandigheden om te oefenen, ongeacht het weer.

Sfeervol clubhuis

Na het ronden van de golfbaan wacht je een warm welkom in ons sfeervolle clubhuis. Hier kun je genieten van de legendarische Limburgse gastvrijheid, compleet met verrukkelijk eten en een bourgondische ambiance. Het ruime terras biedt je een panoramisch uitzicht op het omringende landschap, waardoor je je golfervaring in stijl kunt afsluiten.

Als je een greenfeespeler bent, staat Golfbaan Het Rijk van Margraten het hele jaar door, 7 dagen per week, open voor jou. Met een handicap van 54 of lager kun je al genieten van alles wat onze prachtige baan te bieden heeft.

Businessclub

Voor de actieve zakelijke golfer biedt Golfbaan Het Rijk van Margraten een eigen businessclub. Deze dynamische groep van ondernemers combineert hun passie voor zaken en golf, en creëert zo een unieke mix van netwerk mogelijkheden en ontspanning op de green.

Bij Golfbaan Het Rijk van Margraten heten we nieuwe leden van harte welkom. Ongeacht welke vorm van lidmaatschap je kiest, je kunt er zeker van zijn dat je precies kunt vinden wat je zoekt. We maken onderscheid tussen twee soorten lidmaatschappen: een privélidmaatschap en een bedrijfslidmaatschap. Beide bieden onbeperkte speelmogelijkheden, maar met het bedrijfslidmaatschap kun je ook klanten of relaties uitnodigen voor een ronde golf. Het is onze missie om iedereen de kans te geven om optimaal te genieten van de prachtige golfsport in onze pittoreske omgeving.

Bron - www.golfenophetrijck.nl

Het oplossen van veel voorkomende golfproblemen

Golfen is een prachtige sport, maar soms kunnen golfers geconfronteerd worden met frustrerende problemen zoals een slice of hook. Deze veelvoorkomende problemen kunnen een negatieve invloed hebben op je spel en het plezier van golfen verminderen. Gelukkig zijn er oplossingen en technieken die je kunnen helpen om deze problemen te overwinnen en je spel te verbeteren.

Een veelvoorkomend probleem is een slice, waarbij de bal een zijwaartse curve krijgt en naar rechts afwijkt (voor rechtshandige golfers). Om een slice te corrigeren, is het belangrijk om aandacht te besteden aan je grip, houding en swingpad. Werk aan het verminderen van de gripdruk en zorg ervoor dat je handen niet te ver naar links gedraaid zijn. Daarnaast is het cruciaal om je lichaamsgewicht goed over te brengen en een swingpad te creëren dat van binnen naar buiten beweegt. Oefen met deze aanpassingen en werk aan je techniek om je slice te corrigeren.

Hook

Een andere veelvoorkomende uitdaging is een hook, waarbij de bal een sterke bocht naar links maakt (voor rechtshandige golfers). Om een hook te verminderen, moet je opnieuw aandacht besteden aan je grip, houding en swingpad. Zorg ervoor dat je grip niet te gesloten is en dat je handen niet te ver naar rechts gedraaid zijn. Let ook op je houding en zorg voor een gecontroleerde en evenwichtige beweging tijdens je swing. Werk aan een swingpad dat van buiten naar binnen beweegt om je hook te verminderen.

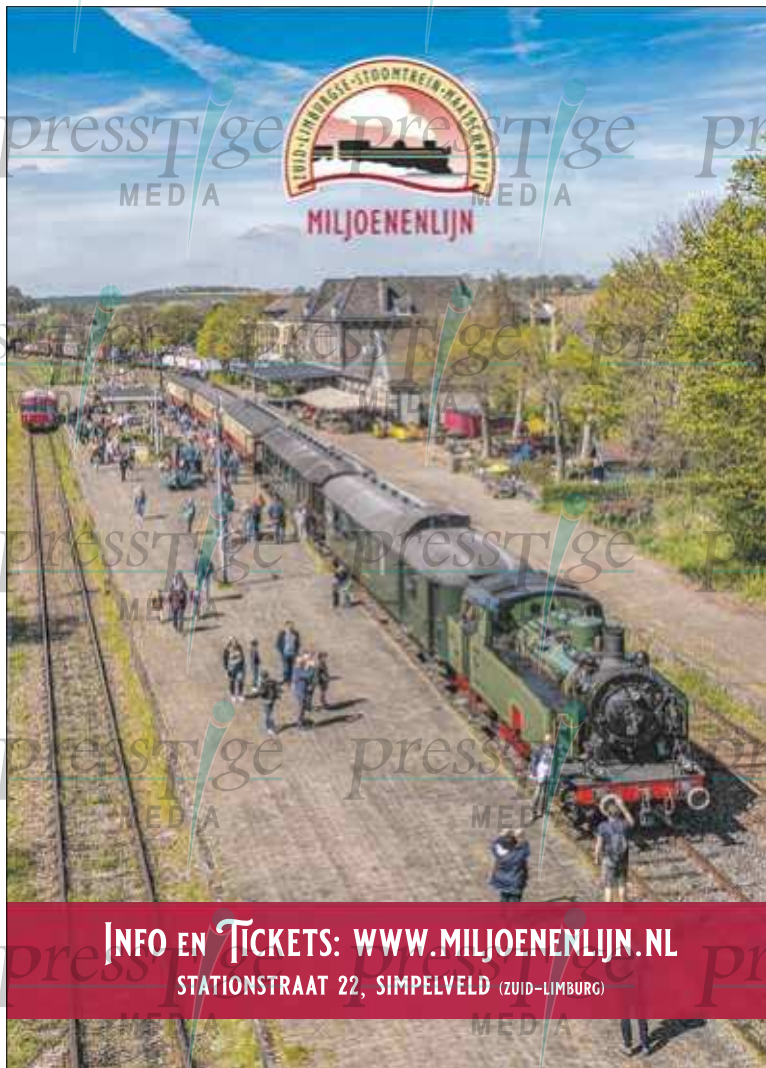
Topping

Naast deze veelvoorkomende problemen zijn er ook andere uitdagingen waar golfers mee te maken kunnen krijgen, zoals topping, duffing of inconsistente slagen. Het oplossen van deze problemen vereist geduld, oefening en mogelijk professionele begeleiding. Werk aan je techniek, oefen met verschillende clubs en vraag om feedback van ervaren golfers of een instructeur om je te helpen bij het oplossen van specifieke problemen.

Onthoud dat golf een continu leerproces is en dat zelfs professionele golfers soms met problemen te maken hebben. Wees niet ontmoedigd door uitdagingen, maar zie ze als kansen om te groeien en je spel te verbeteren. Met toewijding, oefening en de juiste technieken kun je veelvoorkomende golfproblemen overwinnen en je spel naar een hoger niveau tillen.

Dus sta niet toe dat een slice, hook of een ander probleem je plezier in golfen vermindert. Identificeer de oorzaak van het probleem, werk aan je techniek en blijf oefenen. Met doorzettingsvermogen en de juiste mindset kun je elke golfuitdaging overwinnen en genieten van een verbeterd spel op de golfbaan.





MILJOENENLIJN

INFO EN TICKETS: WWW.MILJOENENLIJN.NL
STATIONSTRAAT 22, SIMPELVELD (ZUID-LIMBURG)

HK afbouw limburg VOF

wanden plafonds timmerwerken

hkafbouwlimburg@outlook.com

06-11128902 06-10879392

kozijnen | rolluiken | deuren | schuifpuien



DE KOZIJNEN GIGANT

Haefland 40D 6441 PA Brunssum info@dekozijnergigant.nl
085 4015480 WWW.DEKOZIJNENGIGANT.NL



Goudbloem

INKOOP - VERPANDING - TAXATIE

Gesitueerd in een prachtig historisch pand in Wyck kunt u bij ons terecht voor al uw vragen over goud. Ons team is vakkundig en gespecialiseerd in luxe merksieraden, ook voor uw (oud)goud of erfenis. Jarenlange ervaring zorgt ervoor dat u kunt rekenen op een transparant proces en juiste waardebeoordeling. Heeft u 'tijdelijk' geld nodig? Dan kan Goudbloem uitkomst bieden om te profiteren van die waarde van uw kostbaarheden met mogelijkheid tot terugkoop. Maak een afspraak of loop gerust eens binnen in onze winkel/galerie waar we u in alle privacy kunnen adviseren.



Hoogbrugstraat 50-A T +31(0)43 85 252 58
www.goudbloem.nl



Wonen zoals thuis met de meest persoonlijke dementiezorg

Martha Flora Hulsberg biedt mensen met dementie een warm thuis, wanneer zelfstandig thuiswonen niet meer gaat. Een thuis waar eigen regie, echte aandacht en vooral leefplezier centraal staan. Wij zetten meer zorgprofessionals in, zodat wij onze bewoners echt de aandacht kunnen geven die zij verdienen.

Bij ons woont u in een ruime studio met badkamer en pantry, die u naar eigen smaak kan inrichten. Naast een mooie groene tuin beschikt Martha Flora over een zeer royale gemeenschappelijke ruimte: de Meander. Met een huiskamer, tuinkamer, eetkeuken, atelier, en bibliotheek. Bij Martha Flora kunt u het leven dat u gewend bent zoveel mogelijk voortzetten, rekening houdend met de dementie.

U bent van harte welkom voor een rondleiding, zodat u zelf ons unieke concept kunt ervaren. Voor meer informatie neemt u contact op met Monica Soeters via 06 43 79 30 09

MARTHA FLORA
De meest persoonlijke dementiezorg

Golf & Country Club Hoenshuis

📍 Hoensweg 17, 6367 GN Voerendaal

☎ 0455753300 🌐 www.hoenshuis.nl



Golf & Country Club Hoenshuis

Aan de rand van het adembenemende Heuvelland te Voerendaal, tussen Parkstad en Maastricht, biedt Golf & Country Club Hoenshuis haar leden en gastspelers een van de mooiste golfclubs van Zuid-Nederland.

Rondom de 17e eeuwse carréhoeve van Hoenshuis tekenden architecten Baron Paul Rolin en Wiel Snelder een karakteristieke parkbaan, geopend in 1987 en recentelijk volledig gerenoveerd door architect Bruno Steensels.

De speler wordt meegevoerd met prachtige zichten op zacht glooiende fairways, inheemse bomen, spiegelende vijvers en beken, kleurrijke bloembedden en indrukwekkende bunkers en greens. De baanlengte - liefst 6.304m van de backtees - en de lay-out van de holes vragen om strategisch 'course management'. De Slope en Course Ratings van de baan onthullen haar uitdagende aard en op de tee van de beruchte slothole wordt duidelijk uit welk hout men echt is gesneden.

Met toewijding aan hoge kwaliteitsstandaarden en een visie om de impact op het milieu te minimaliseren, worden de tees, fairways en greens zorgvuldig onderhouden. De baan is het hele jaar open, met zomergreens.

Hoenshuis Golf Academy is een uitstekende plek om de golfsport te ontdekken of de vaardigheden te verfijnen. De lessen - privé, in groep, clinics en initiaties - worden afgestemd op de fysieke mogelijkheden, leeftijd, talenten en beschikbare tijd van de speler. De lessen worden gegeven op de overdekte driving range, putting en chipping greens, indoor simulator, 5 holes oefenbaan en 18 holes championship baan. Wenst u met golf te beginnen? Het Hoenshuis 'Start to Golf' pakket van 4 maanden is volledig gratis als men nadien lid wordt!

Het elegante Clubhouse in de prachtige hoeve nodigt uit om te ontspannen in de gezellige bar en restaurant, waar men tevens kan genieten op een groots terras met uitzicht op de slotholes. Dit prachtige kader verwelkomt ook niet-golfers voor een heerlijke lunch of diner en biedt zalen voor exclusieve privé en zakelijke evenementen.

Business Club Hoenshuis, het grootste netwerk van golfend Limburg, verbindt 70+ bedrijven. Deze beschikken over een waaier aan diensten, zoals visibiliteit, gebruik van meeting rooms, toegang tot de clubfaciliteiten en kwalitatieve evenementen voor de bedrijfsleden en hun relaties.

Welkom bij Golf & Country Club Hoenshuis, een bevoorrechte omgeving voor de golf liefhebber.

Bron en foto - www.hoenshuis.nl

Golfclub Hoog Vaals

📍 Eschberg 11, 6291 NK Vaals

☎ 0433068345 🌐 www.golfclubhoogvaals.com



Golfclub Hoog Vaals

Beeld je in, een golfbaan genesteld in het hart van het adembenemende Zuid-Limburgse landschap, slechts een steenworp verwijderd van het legendarische drielandenpunt. Golfclub Hoog Vaals is niet alleen een platform voor beginnende golfers die hun talenten willen aanscherpen, maar ook een uitdagend strijdtoneel dat zelfs de meest geharde spelers tot het uiterste drijft. Ben je dapper genoeg om de tactische beslissingen te nemen die nodig zijn om de vele (water)hindernissen te overwinnen en uiteindelijk te zegevieren?

In nauwe samenwerking met onze pro hebben we een reeks boeiende introductie-arrangementen opgesteld, op maat van zowel individuele spelers als groepen. Durf jij de uitdaging aan te gaan? Kom en dompel je onder in de wonderlijke wereld van golf op een van de meest betoverende plekken die Nederland te bieden heeft. Na een onvergetelijke ronde op de green, wacht je de hartelijke Limburgse gezelligheid in ons clubhuis, de perfecte plek om je ervaringen te delen met je medespelers.

Sinds onze oprichting op 15 januari 2003 heeft Golfclub Hoog Vaals zich ontwikkeld tot een levendige, internationale golfclub. We zijn trots op onze C-status binnen de Nederlandse Golf Federatie sinds april 2005, een erkenning die ons op de kaart zet als een volwaardige golfclub met eigen handicapregistratie. Maar onze ware troef is de ontspannen en gezellige sfeer die zelfs tijdens de meest drukbezochte wedstrijden blijft hangen. Regelmatig verwelkomen we gasten van het aangrenzende bungalowpark Landal Hoog Vaals, waar velen de golfkoorts hebben opgelopen op onze banen.

We kijken er reikhalzend naar uit om je te verwelkomen in ons clubhuis en op onze golfbaan. Ben je klaar om alle aspecten van deze geweldige sport te ontdekken in een omgeving die net zo intiem als inspirerend is? Verzamel je moed, neem je club in de hand, en bereid je voor op een ervaring die je niet zult vergeten.

Start je golfcarrière vandaag nog met onze intensieve tweedaagse GVB cursus. Onder begeleiding van professionele golftrainers leer je alle basisvaardigheden en theorie die nodig zijn om je GVB (clubhandicap 54) te behalen. Je sluit de cursus af met een theorie-examen en mogelijk een kwalificatieronde. Na een succesvolle afronding van de cursus verschijnt je handicap automatisch in de Golf.nl app, waarmee je op de meeste banen kunt spelen. Lid worden van Golfclub Hoog Vaals binnen het lopende kalenderjaar? De jaarbijdrage voor het eerste jaar (€59) vervalt. Prijzen vanaf €249 p.p. (exclusief drank en lunch).

Bron - www.golfclubhoogvaals.com - Foto: Unsplash



GOLFSTUFF

HOCKEYSHOP13.NL
Stuff & More

OSAKA
世界

0627034977

Renovatie & Milieutechniek

Limburg BV

Ransdalerstraat 27A
6311 AW Ransdaal
06-22239833
info@renovalimburg.nl

UITVAARTstudio

*leven in beeld,
afcheid met kleur*

085 - 088 6300 (24/7)
www.uitvaartstudio.com
info@uitvaartstudio.com

Afscheidshuis de Hoeskamer
Dorpstraat 53
6122 CE Buchten

Bovens
Gerard Walravenstraat 65
6227 TA Maastricht

Moors
Dr. Goossensstraat 2
6325 BV Berg en Terblijt

Jacobs
Potgieterstraat 5
6191 EA Beek

Meerssen
Volderstraat 22A
6231 LC Meerssen

Post
Kruisstraat 16
6122 CE Buchten

BCR

- Ontwerp
- Advies
- Bouwkeuringen
- Bouwbegeleiding
- Bouwmanagement

+31 475 57 3755 +31 6 1026 4635

info@bouwconsultancyroermond.nl
www.bouwconsultancyroermond.nl

Mijn moeder had maar drie maanden ALS

Doneer nu

ALS
Stichting ALS Nederland



DROMEN DURVEN DOEN

Zit jij met levensvragen?

Zit je al een tijdje niet lekker in je vel en ben je zover om verandering te maken ?
Bel **06 - 50810622** of ga naar **3d-coaching.nl**

3D-COACHING
PEGGY VOS



SKUB!E

Autoschadeherstel
Smart- en Spotrepair
Schadetaxatie
Lid van de BOVAG
Prijsopgave per Whatsapp mogelijk

Daelderweg 27a, 6361Hk Nuth
06-55155675
www.skubie.nl



Tuinonderhoud Ron Huynen



A Ge Water 5, 6451 CB Schinveld
06 57598820
info@groenvoorzieninghuynen.nl

Horlogerie Lisette

Vonkstraat 23
6436 BK Amstenrade
Tel.: 046 - 4425807
www.polsklokje.nl





Het belang van vrijwilligers bij een golfclub

Vrijwilligers zijn het kloppen-de hart van veel golfclubs. Zonder hun tomeloze inzet zouden veel clubs simpelweg niet kunnen functioneren. Of het nu gaat om het organiseren van wedstrijden, het onderhouden van de baan of het verwelkomen van nieuwe leden, vrijwilligers spelen een cruciale rol in het draaiend houden van de club.

De onmisbare schakel

Een golfclub is meer dan alleen een plek om te sporten; het is een gemeenschap waar golfers van alle niveaus en leeftijden samenkomen. Vrijwilligers zorgen ervoor dat deze gemeenschap bloeit. Denk bijvoorbeeld aan de vele uren die zij besteden aan het regelen van evenementen. Van de clubkampioenschappen tot gezellige winterwedstrijden, achter elk succesvol evenement staan toegewijde vrijwilligers die alles in goede banen leiden.

Daarnaast nemen vrijwilligers vaak taken op zich die anders hoge kosten met zich mee zouden brengen. Het onderhoud van de baan is daar een goed voorbeeld van.

Hoewel professionals vaak verantwoordelijk zijn voor de technische aspecten, bieden vrijwilligers ondersteuning bij kleinere taken zoals het opruimen van bladeren, het herstellen van pitchmarks en het netjes houden van de omgeving. Hun werk draagt direct bij aan de speelkwaliteit en uitstraling van de club.

Het sociale aspect

Vrijwilligerswerk biedt niet

alleen voordelen voor de golfclub, maar ook voor de vrijwilligers zelf. Het is een kans om nieuwe mensen te leren kennen, vriendschappen op te bouwen en actief deel te nemen aan het clubleven. Vooral voor oudere leden kan vrijwilligerswerk een manier zijn om betrokken te blijven en een waardevolle bijdrage te leveren.

Voor jongeren biedt vrijwilligerswerk bij een golfclub weer andere kansen. Het kan helpen bij het ontwikkelen van organisatorische en sociale vaardigheden, die later van pas komen in hun professionele leven. Bovendien laat het zien dat je bereid bent om tijd en energie te investeren in een gemeenschappelijk doel – een waarde die in veel opzichten onbetaalbaar is.

Een waardering die telt

Helaas wordt het werk van vrijwilligers niet altijd voldoende opgemerkt. Golfclubs doen er goed aan om deze stille krachten in het zonnetje te zetten, bijvoorbeeld door een speciale vrijwilligersdag te organiseren of hen te bedanken tijdens evenementen. Een eenvoudige blijk van waardering kan al veel betekenen en zorgt ervoor dat vrijwilligers gemotiveerd blijven om zich in te zetten.

Vrijwilligers zijn van onschatbare waarde voor de golfclub. Door hun inzet blijft de club niet alleen draaien, maar groeit ook de saamhorigheid binnen de gemeenschap. Het is een win-winsituatie voor iedereen die betrokken is – zowel op als naast de fairway.

Golf en klimaatverandering

De golfsport staat, net als veel andere sectoren, voor grote uitdagingen door klimaatverandering. Extreme weersomstandigheden, zoals hittegolven, zware regenval en droogte, hebben een directe impact op golfbanen en het spel. Golfclubs moeten daarom innoveren en aanpassen om de toekomst van de sport te waarborgen.

Klimaatverandering brengt allerlei nieuwe uitdagingen met zich mee voor golfbanen. Intense regenbuien kunnen leiden tot overstromingen, waardoor greens en fairways beschadigd raken. Droogteperiodes stellen clubs voor de moeilijke taak om voldoende water te vinden om hun banen te onderhouden. Bovendien heeft extreme hitte invloed op de grasgroei en kan het spelen onder zulke omstandigheden gevaarlijk zijn voor spelers.

Golfbanen zijn traditioneel afhankelijk van grote hoeveelheden water en meststoffen om in optimale staat te blijven. Door strengere milieuregels en waterschaarste wordt dit steeds moeilijker. Banen die niet tijdig inspelen op deze uitdagingen lopen het risico speelkwaliteit te verliezen en uiteindelijk minder aantrekkelijk te worden voor spelers.

Gelukkig zijn er al initiatieven om de golfsport duurzamer te maken. Veel clubs investeren in technologieën zoals automatische irrigatiesystemen die water efficiënter gebruiken. Ook wordt er steeds vaker gekozen voor droogtetolerant gras dat minder water en onderhoud nodig heeft.

Daarnaast experimenteren sommige banen met regenwateropvangsystemen om waterverlies te minimaliseren. Door het plaatsen van bufferzones en natuurvriendelijke beplanting rondom de baan kunnen zij ook de biodiversiteit vergroten. Deze aanpassingen zijn niet alleen goed voor het milieu, maar zorgen er ook voor dat banen veerkrachtiger zijn bij extreme weersomstandigheden.

Ook golfers zelf worden geconfronteerd met de gevolgen van klimaatverandering. Spelen tijdens hittegolven vraagt om extra voorzorgsmaatregelen, zoals voldoende water drinken en zonbescherming. Daarnaast kunnen weersomstandigheden zoals sterke wind of zware regen het spel bemoeilijken, wat invloed heeft op de spelervaring en prestaties.

Golfers worden aangemoedigd om bewuster om te gaan met hun sport. Dit kan door het steunen van duurzame clubs of door hun eigen ecologische voetafdruk te verkleinen, bijvoorbeeld door carpools naar de baan of het gebruik van herbruikbare materialen.

De impact van klimaatverandering is onvermijdelijk, maar door gezamenlijke inspanningen van clubs, spelers en de industrie kan de golfsport zich aanpassen. Innovatie, duurzaamheid en bewustzijn zijn sleutelwoorden om golf niet alleen toekomstbestendig, maar ook milieuvriendelijker te maken. Zo blijft golf een sport die generaties lang plezier biedt, ongeacht de uitdagingen van een veranderend klimaat.



Golfclub Brunsummerheide

📍 Rimbürgerweg 50, 6445 PA Brunssum

☎ 0455257089 🌐 golfclubbrunsummerheide.nl



Golfclub Brunsummerheide

Duik in de golfkoorts die woedt zoals nooit tevoren! In deze ongewone tijden is het thuisblijven een nieuwe norm geworden, en golfers zijn niet uitgesloten van deze trend. De rustige schoonheid van de Brunsummerheide golfbaan, gelegen in het schilderachtige zuiden, trekt hordes gastspelers aan die smachten naar de perfecte afslag dichtbij huis.

Kom en ontdek waarom golfers, uitgeput maar voldaan, vol lof zijn over deze prachtige baan. Ga de uitdaging aan met onze golvende holes en de unieke hoogteverschillen, die zowel beginners als ervaren spelers op de proef stellen. Dankzij het toegewijde onderhoud door de baaneigenaar, ervaar je een onberispelijk speelveld van tee tot green.

Het "sportief beleid" dat in 2020 is ingezet, wordt met enthousiasme voortgezet door het nieuwe bestuur. De periodieke enquêtes van Players First geven ons inzicht in wat onze spelers drijft. Met de inzet van onze toegewijde vrijwilligers kunnen leden hun sportieve ambities realiseren en tot leven brengen. Onze teams schitteren op landelijke competitieniveaus en recreatieve golfers nemen met groot genoegen deel aan door de club georganiseerde evenementen.

Voor nieuwkomers in de sport hebben we een warm welkom en voldoende ondersteuning klaarstaan, met de hulp van twee professionele golfers om je de kneepjes van de golfsport bij te brengen. De uitdagende baan beschikt over uitgebreide oefenfaciliteiten, een dubbele driving-range en maar liefst 45 holes, waarvan 27 op Championship niveau.

En dat is nog niet alles! Voor degenen die op zoek zijn naar informatie over de club, hebben we een eigen secretariaat beschikbaar. Elke maandag, woensdag, vrijdag en zaterdag ochtend staat er een team klaar om je te woord te staan, je verder te helpen en je van de gevraagde informatie te voorzien.

Wij kijken er naar uit om je te verwelkomen op de meest uitdagende baan van Zuid-Limburg. Wees er klaar voor om je beste spel ooit te spelen!

Openingstijden: maandag, woensdag, vrijdag en zaterdag van 09:30 - 13:00 uur.

Van 1 oktober tot 28 februari is het Secretariaat op zaterdag gesloten.

Mochten bovengenoemde tijdstippen voor u niet mogelijk zijn, dan kunt u uiteraard telefonisch een afspraak maken op een voor u passend tijdstip.

Bron - www.golfclubbrunsummerheide.nl - Foto: Unsplash

De uitdaging van stadsbanen

Golf wordt vaak geassocieerd met uitgestrekte landschappen en rustgevende natuur, maar steeds meer golfers ontdekken de charme van stadsbanen. Deze compactere golfbanen, gelegen in stedelijke gebieden, bieden unieke uitdagingen en kansen. Hoe slaagt golf erin om te bloeien in een drukke stedelijke omgeving?

Ruimtegebrek en creativiteit

Het grootste obstakel voor stadsbanen is ruimtegebrek. Traditionele golfbanen beslaan vaak tientallen hectaren, iets wat in een stad ondenkbaar is. Toch weten ontwerpers dit probleem te omzeilen met slimme oplossingen. Compacte layouts, meerdere holes die overlappingen vermijden en het gebruik van driving ranges en pitch-and-putt-banen maken het mogelijk om golf toegankelijk te maken in de stad. Sommige steden introduceren zelfs indoor golfclubs met geavanceerde simulators, waar golfers hun techniek kunnen verbeteren zonder een volledige baan nodig te hebben.

Toegankelijkheid voor de Golfer

Een groot voordeel van stadsbanen is de toegankelijkheid. In plaats van een lange rit naar een afgelegen golfclub, kunnen stedelingen snel naar een stadsbaan voor een korte sessie. Dit verlaagt de drempel om de sport uit te proberen en maakt golf aantrekkelijker voor een jonger, stedelijk publiek. Bovendien bieden veel stadsbanen flexibele speelmogelijkheden, zoals kortere rondes of avondgolf, ideaal voor mensen met een drukke agenda.

Milieu en duurzaamheid

Stadsbanen staan ook voor uitdagingen op het gebied van duurzaamheid. Het onderhoud van grasvelden en de waterbehoefte kunnen moeilijk te combineren zijn met de stedelijke infrastructuur. Gelukkig omarmen veel stadsbanen milieuvriendelijke praktijken, zoals het gebruik van kunstgras, regenwateropvangsystemen en biodiverse beplanting die minder onderhoud vergt. Deze innovaties zorgen ervoor dat golf ook in steden kan floreren zonder een zware ecologische voetafdruk achter te laten.

De sociale dynamiek van stadsbanen

Stadsbanen hebben een unieke sociale dynamiek. Ze trekken een divers publiek aan, van ervaren golfers tot beginners die de sport voor het eerst ontdekken. Het is een plek waar mensen samenkomen, niet alleen om te golfen, maar ook om te ontspannen, netwerken en genieten van een stadsomgeving. Veel stadsbanen organiseren bovendien evenementen en clinics, waardoor ze ook een educatieve en recreatieve rol spelen.

Golfen in een stedelijke omgeving vereist aanpassingsvermogen, maar het bewijst dat golf niet alleen thuishoort op het platteland. Met slimme ontwerpen, duurzaamheid en sociale toegankelijkheid bieden stadsbanen een moderne invulling van deze klassieke sport.





FITTING STUDIO

GOLFCLUBS OP MAAT VAN UW SWING

www.atpgolfclubfitting.be

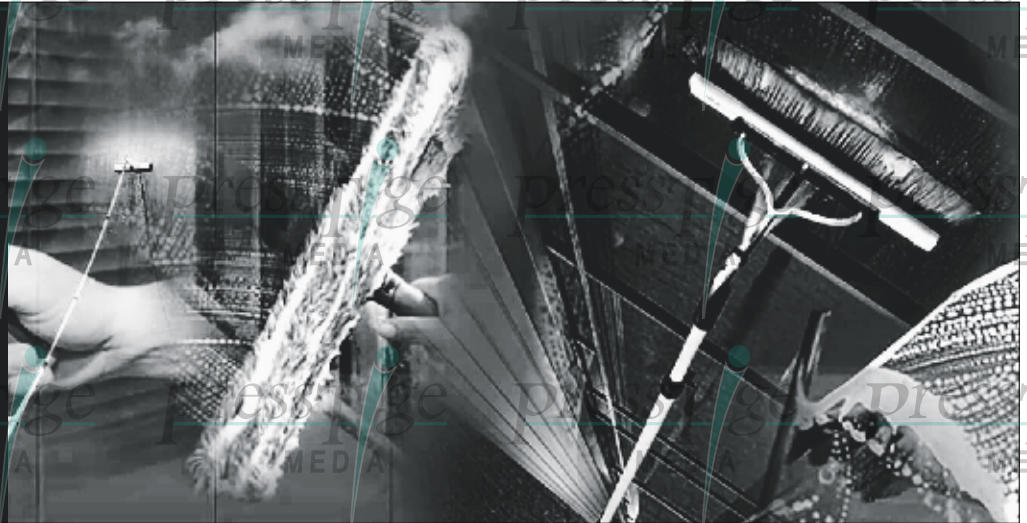
Wijerken 112, Lommel

info@atpgolf.net



DE REINIGINGS-SPECIALIST

Sint Jozefstraat 42
6467 AS Kerkrade
06 22867945
info@reinigings-specialist.nl
reinigings-specialist.nl



INTERIOR
PLAYGROUND
studio

AUTHENTIEK EN TIJDLOOS
INTERIEUR ONTWERP

*Ben je klaar om jouw interieur naar
nieuwe, ongekende hoogte te brengen?*

Boek jouw inspiratie call eenvoudig op
www.interiorplayground.com

Interior Playground
Raadhuisstraat 16B
6161 GD Geleen NL

Tel. +31 6 18725538
info@interiorplayground.com
www.interiorplayground.com

B Bankers.nl
Bedrijfswagens

De grootste
voorraad **jong**
gebruikte
bedrijfswagens
in Limburg

www.bvg-group.nl

Sterk in elk schoonmaakwerk!

Gevestigd in Beek + Maastricht + Heerlen

Tel+31 (0) 43 327 2767



**BEDRIJFSPAND
KOPEN OF
(VER)BOUWEN?
ONTDEK DE
SNS BEDRIJFS-
HYPOTHEEK**

Kleine ondernemers bestaan niet, vinden we bij SNS. Bij ons is elke ondernemer welkom. Daarom hebben we de SNS Bedrijfs hypotheek tot € 2 miljoen. Met een scherpe rente. Kom eens langs om je mogelijkheden te bespreken.

ONTDEK ONZE BEDRIJFSHYPOTHEEK:

- Standaard financiering tot 80% van de marktwaarde of tot 90% wanneer je een duurzaam pand koopt of gaat verduurzamen;
- Los jaarlijks kosteloos tot 5% extra van de lening af;
- Optie om tot 40% van het bedrijfspand te verhuren.

MEER WETEN?

Maak dan een afspraak voor een gratis en vrijblijvend 1e gesprek. Bellen kan ook: 030 - 633 30 02. We staan voor je klaar.

Beek LB, Markt 60
Valkenburg, Louis van der Maesenstraat
17



SNS
EERST DEMENS.
DAN HET GELD.